







T**103**

TREADMILL OWNER'S MANUAL MANUEL D'UTILISATION DU TAPIS ROULANT MANUAL DEL PROPIETARIO DE LA CAMINADORA



Read the TREADMILL GUIDE before using this OWNER'S MANUAL.

Lire le GUIDE DU TAPIS ROULANT avant de se servir du présent MANUEL D'UTILISATION.

Lea la GUÍA DE LA CAMINADORA antes de usar este MANUAL DEL PROPIETARIO.

ENSAMBLAJE



A ADVERTENCIA

Durante el proceso de ensamblaje de la caminadora hay varias áreas a las que se les debe poner atención especial. Es muy importante seguir las instrucciones de ensamblaje correctamente y asegurarse de que todas las piezas queden bien apretadas. Si no se siguen correctamente las instrucciones de ensamblaje, algunas piezas de la estructura de la caminadora podrían quedar sueltas y causar ruidos irritantes. Para evitar daaños a la caminadora, es necesario repasar las instrucciones de ensamblaje y hacer las correcciones necesarias.

Antes de seguir adelante busque el número de serie de su caminadora, que está colocada cerca del interruptor de encendido y apagado y del cable de corriente, y escríbalo en el espacio disponible a continuación.

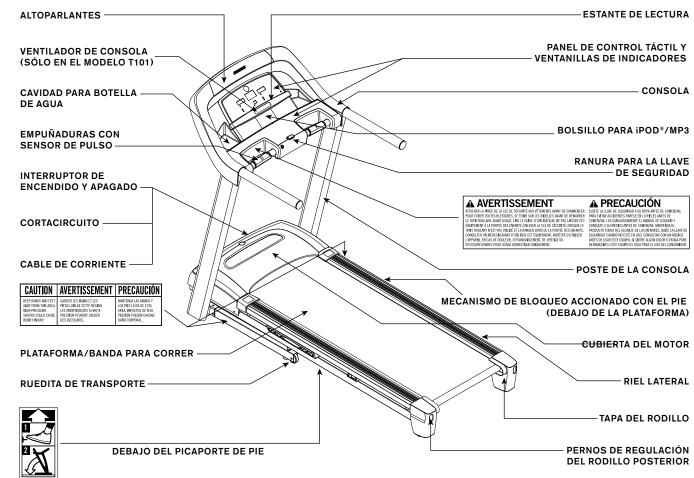
ESCRIBA EL NÚMERO DE SERIE Y EL NOMBRE DE MODELO EN LAS SIGUIENTES CASILLAS:

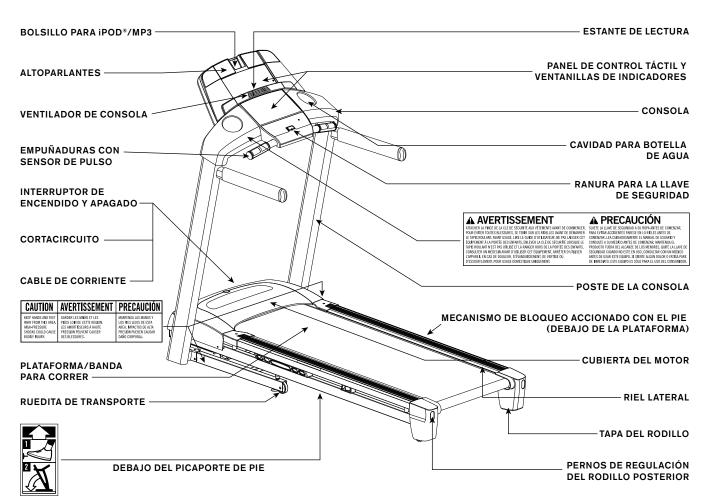
NÚMERO DE SERIE:														
MODELO: CAMINADORA HORIZON														

- » Asegúrese de escribir tanto el NÚMERO DE SERIE como el NOMBRE DE MODELO en su tarjeta de garantía.



GS**950**1







T102 T103 CT**7.1**



TODOS **MODELOS**

HERRAMIENTAS INCLUIDAS:

Llave en T de 6 mm Llave en L de 5 mm

PIEZAS INCLUIDAS:

Ш	i conjunto de consola
	2 postes de la consola
	3 bolsas de tornillería
	1 llave de seguridad
	1 cable adaptador de audio
	1 botella de lubricante de silicona
	(para 2 aplicaciones)
	4 insertos para iPod (Sólo T103)
П	1 inserto de Goma para iPod (Sólo T103)

¿NECESITA ΔΥΠΡΑ?

Si tiene preguntas o si le faltan piezas, póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica a clientes. En la contraportada de este manual aparece información adicional de contacto.

PREENSAMBLAJE

DESEMPAQUE

Coloque la caja en que viene la caminadora sobre una superficie plana y nivelada. Le recomendamos colocar una cubierta protectora sobre el piso bajo la máquina. Tenga CUIDADO al transportar y mover esta unidad. No abra la caja cuando esté colocada de costado. Una vez que haya retirado el enfajillado, no levante ni transporte esta unidad a menos que ya esté completamente ensamblada y en la posición doblada vertical, con el mecanismo de bloqueo bien fijo en la posición de cerrado. Desempaque la unidad en el lugar en que la vaya a usar. Esta caminadora está equipada con amortiguadores de alta presión que podrían abrirse a presión si se tratan sin cuidado. Nunca sostenga ninguna parte de la estructura que produce la inclinación para levantar o mover la caminadora.

A ADVERTENCIA

INO TRATE DE LEVANTAR LA CAMINADORA! No mueva ni levante la caminadora de su embalaje mientras las instrucciones de ensamblaje no le indiquen que lo haga. Puede guitar el protector de plástico de los postes de la consola.

A ADVERTENCIA

ISI NO CUMPLE CON ESTAS INSTRUCCIONES PODRÍA SUFRIR LESIONES!

NOTA: Durante cada uno de los pasos de ensamblaje asegúrese de que TODAS las tuercas y los pernos estén en su lugar y parcialmente enroscados antes de apretar bien ALGÚN tornillo.

NOTA: Una ligera capa de grasa podría facilitar la instalación de la tornillería. Se recomienda utilizar cualquier tipo de grasa, por ejemplo grasa de litio para bicicletas.

PASO 1 DE ENSAMBLAJE

CONTENIDO DE LA BOLSA DE TORNILLERÍA 1:



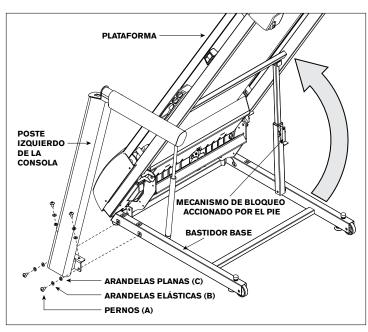
PERNO (A) 20 mm Cantidad: 4



ARANDELA ELÁSTICA (B) 15 mm Cantidad: 4



ARANDELA PLANA (C) 15 mm Cantidad: 4



- A Corte el enfajillado amarillo y levante la PLATAFORMA hacia arriba, hasta que se enganche el MECANISMO DE BLOQUEO ACCIONADO POR EL PIE. Retire todo lo que haya debajo de la plataforma.
- B Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA 1**.
- C Con la PLATAFORMA hacia arriba, una el POSTE IZQUIERDO DE LA CONSOLA al BASTIDOR BASE con 4 PERNOS (A), 4 ARANDELAS ELÁSTICAS (B) y 4 ARANDELAS PLANAS (C).



TODOS LOS MODELOS

PASO 2 DE ENSAMBLAJE



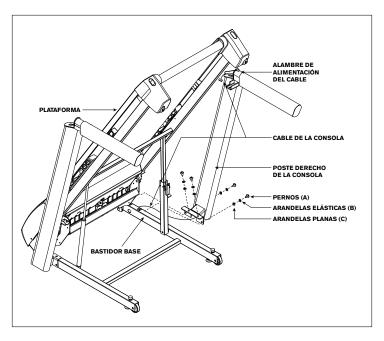
TODOS LOS MODELOS

CONTENIDO DE LA BOLSA DE TORNILLERÍA 2:





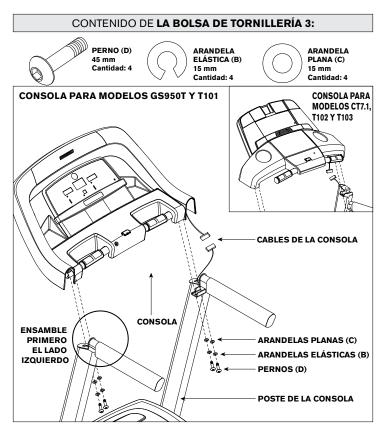




- A Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA 2**.
- B Meta el ALAMBRE DE ALIMENTACIÓN DEL CABLE por el POSTE DERECHO DE LA CONSOLA. Una vez que haya pasado todo el alambre de alimentación del cable a través del poste, la punta superior del CABLE DE LA CONSOLA debe quedar en la parte superior del poste. Suelte y deseche el alambre de alimentación.
- C Con la PLATAFORMA hacia arriba, una el POSTE DERECHO DE LA CONSOLA al BASTIDOR BASE con 4 PERNOS (A), 4 ARANDELAS ELÁSTICAS (B) y 4 ARANDELAS PLANAS (C).

NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar algún cable al ensamblar el poste derecho de la consola.

PASO 3 DE ENSAMBLAJE



- A Con el pie suelte el MECANISMO DE BLOQUEO DE LA PLATAFORMA para bajarla.
- B Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA 3**.
- C Coloque con cuidado la CONSOLA sobre los POSTES DE LA CONSOLA. Fije primero el LADO IZQUIERDO con 2 PERNOS (D), 2 ARANDELAS ELÁSTICAS (B) y 2 ARANDELAS PLANAS (C).
- D Conecte los CABLES DE LA CONSOLA, metiendo con cuidado los cables dentro de los postes para evitar que se dañen.
- E Fije el LADO DERECHO de la CONSOLA con 2 PERNOS (D), 2 ARANDELAS ELÁSTICAS (B) y 2 ARANDELAS PLANAS (C).

NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar algún cable al ensamblar los postes.

F Antes de usar la caminadora por primera vez, lubrique la plataforma de la caminadora de acuerdo a las instrucciones en la sección de MANTENIMIENTO en la GUÍA DEL USUARIO DE LA CAMINADORA.

IFIN DEL ENSAMBLAJE!



TODOS LOS MODELOS

FUNCIONAMIENTO DE LA CAMINADORA

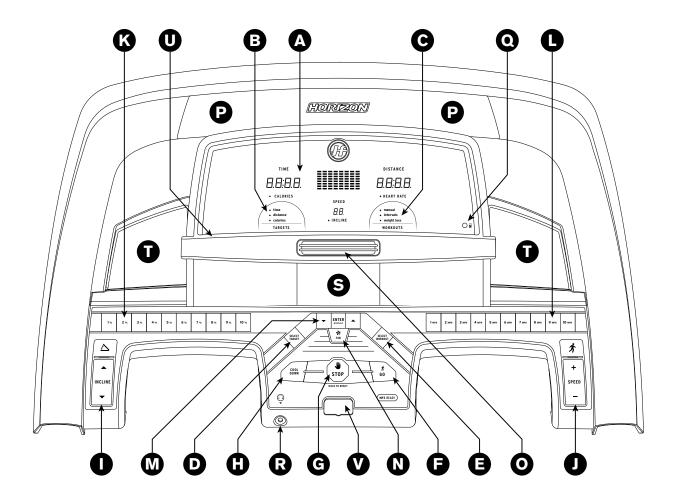


Esta sección explica cómo usar y programar la consola de su caminadora. La sección de FUNCIONAMIENTO BÁSICO en la GUÍA DE LA CAMINADORA contiene instrucciones para lo siguiente:

- DÓNDE COLOCAR SU CAMINADORA
- USO DE LA LLAVE DE SEGURIDAD
- PARA LEVANTAR LA CAMINADORA
- PARA MOVER LA CAMINADORA
- PARA NIVELAR LA CAMINADORA
- PARA TENSAR LA BANDA PARA CORRER
- PARA CENTRAR LA BANDA PARA CORRER
- PARA USAR LA FUNCIÓN DE RITMO CARDÍACO



T101



T101

FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA EN EL MODELO T101

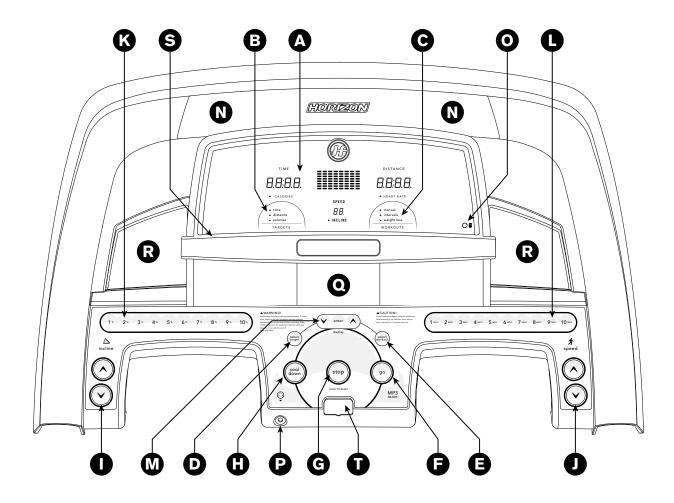
Nota: La consola tiene una cubierta plástica delgada de protección que es necesario quitar antes de usar la consola.

- A) VENTANILLAS DE INDICADORES LED: Tiempo. distancia, calorías, ritmo cardíaco, velocidad, inclinación y perfiles de sesiones de ejercicio.
- B) INDICADORES LED DE META: Indican qué meta (si existe) se ha establecido para el programa actual.
- INDICADORES LED DE SESIÓN DE EJERCICIO: Indican qué sesión de ejercicio se ha establecido para el programa actual.
- D) SELECT TARGET [SELECCIONAR META]: Oprima para elegir su meta.
- E) SELECT WORKOUT (SELECCIONAR SESIÓN DE **EJERCICIO]:** Oprima para elegir su sesión de ejercicio.
- GO [INICIAR]: Oprima para comenzar a hacer ejercicio, para comenzar una sesión específica de ejercicio, o para reiniciar después de una pausa.
- G) STOP [PARAR]: Oprima para hacer una pausa o terminar su sesión de ejercicio. Sostenga oprimida esta tecla durante 3 segundos para poner en ceros la consola.
- H) COOL DOWN [ENFRIAMIENTO]: Oprima para iniciar el periodo de enfriamiento. El periodo de enfriamiento dura 4 minutos y disminuye la velocidad y la inclinación para que su corazón tenga oportunidad de volver a adaptarse a la menor demanda de energía.
- INCLINE C / B [TECLAS DE AJUSTE DE **INCLINACIÓN]:** Se usan para ajustar la inclinación en pequeños incrementos (de 0.5%).
- SPEED + / [TECLAS DE AJUSTE DE VELOCIDAD]: Se usan para ajustar la velocidad en pequeños incrementos (de 0.1 millas/hr).
- K) TECLAS RÁPIDAS DE INCLINACIÓN: Se usan para llegar a la inclinación deseada más rápidamente.

- TECLAS RÁPIDAS DE VELOCIDAD: Se usan para llegar a la velocidad deseada más rápidamente.
- M) ENTER Y C/B [TECLAS DE REGISTRO Y DE AJUSTE]: Se usan para ajustar los valores meta y de sesión de ejercicio. Oprima ENTER para cambiar la información que le da la pantalla durante su sesión de ejercicio.
- N) FAN [TECLA DE VENTILADOR]: Oprima para encender o apagar el ventilador.
- O) VENTILADOR: Ventilador personal para la sesión de ejercicio.
- P) ALTOPARLANTES: Escuche música por los altoparlantes cuando tenga conectado un reproductor de CD o de MP3 a la consola.
- O) ENCHUFE DE ENTRADA DE AUDIO: Conecte su reproductor de CD o de MP3 en la consola con el cable adaptador de audio que se incluye.
- R) ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO / AURICULARES: Conecte sus auriculares en este enchufe para escuchar la música a través de los auriculares. Nota: Cuando se conectan los auriculares en el enchufe para auriculares, el sonido deja de salir de los altoparlantes.
- S) BOLSILLO PARA MP3: Úselo para colocar su reproductor de MP3.
- T) CAVIDADES PARA BOTELLAS DE AGUA: Sirven para colocar lo que necesite para su sesión de ejercicio.
- U) ESTANTE DE LECTURA: Úselo para colocar material de lectura.
- RANURA PARA LA LLAVE DE SEGURIDAD: Permite que la caminadora funcione cuando la llave de seguridad está en su lugar.



GS**950**T



FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA EN EL MODELO GS950T

Nota: La consola tiene una cubierta plástica delgada de protección que es necesario quitar antes de usar la consola.

- A) VENTANILLAS DE INDICADORES LED: Tiempo, distancia, calorías, ritmo cardíaco, velocidad, inclinación y perfiles de sesiones de ejercicio.
- B) INDICADORES LED DE META: Indican qué meta (si existe) se ha establecido para el programa actual.
- C) INDICADORES LED DE SESIÓN DE EJERCICIO: Indican qué sesión de ejercicio se ha establecido para el programa actual.
- D) SELECT TARGET [SELECCIONAR META]: Oprima para elegir su meta.
- E) SELECT WORKOUT [SELECCIONAR SESIÓN DE EJERCICIO]: Oprima para elegir su sesión de ejercicio.
- F) GO [INICIAR]: Oprima para comenzar a hacer ejercicio, para comenzar una sesión específica de ejercicio, o para reiniciar después de una pausa.
- G) STOP [PARAR]: Oprima para hacer una pausa o terminar su sesión de ejercicio. Sostenga oprimida esta tecla durante 3 segundos para poner en ceros la consola.
- H) COOL DOWN [ENFRIAMIENTO]: Oprima para iniciar el periodo de enfriamiento. El periodo de enfriamiento dura 4 minutos y disminuye la velocidad y la inclinación para que su corazón tenga oportunidad de volver a adaptarse a la menor demanda de energía.
- INCLINE C / B [TECLAS DE AJUSTE DE INCLINACIÓN]: Se usan para ajustar la inclinación en pequeños incrementos (de 0.5%).
- SPEED + / [TECLAS DE AJUSTE DE VELOCIDAD]: Se usan para ajustar la velocidad en pequeños incrementos (de 0.1 millas/hr).

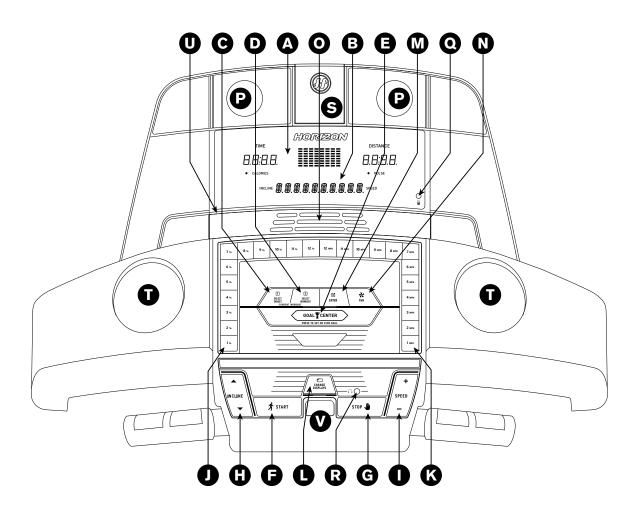
- K) TECLAS RÁPIDAS DE INCLINACIÓN: Se usan para llegar a la inclinación deseada más rápidamente.
- L) TECLAS RÁPIDAS DE VELOCIDAD: Se usan para llegar a la velocidad deseada más rápidamente.
- M) ENTER Y C / B [TECLAS DE REGISTRO Y DE AJUSTE]: Se usan para ajustar los valores meta y de sesión de ejercicio. Oprima ENTER para cambiar la información que le da la pantalla durante su sesión de ejercicio.
- N) ALTOPARLANTES: Escuche música por los altoparlantes cuando tenga conectado un reproductor de CD o de MP3 a la consola.
- O) ENCHUFE DE ENTRADA DE AUDIO: Conecte su reproductor de CD o de MP3 en la consola con el cable adaptador de audio que se incluye.
- P) ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO / AURICULARES: Conecte sus auriculares en este enchufe para escuchar la música a través de los auriculares. Nota: Cuando se conectan los auriculares en el enchufe para auriculares, el sonido deja de salir de los altoparlantes.
- Q) BOLSILLO PARA MP3: Úselo para colocar su reproductor de MP3.
- **R)** CAVIDADES PARA BOTELLAS DE AGUA: Sirven para colocar lo que necesite para su sesión de ejercicio.
- S) ESTANTE DE LECTURA: Úselo para colocar material de lectura.
- T) RANURA PARA LA LLAVE DE SEGURIDAD: Permite que la caminadora funcione cuando la llave de seguridad está en su lugar.



GS**950**T



T**102** CT**7.1**



FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA EN LOS MODELOS T102 Y CT7.1

Nota: La consola tiene una cubierta plástica delgada de protección que es necesario quitar antes de usar la consola.

- A) VENTANILLAS DE INDICADORES: Tiempo, distancia, calorías, ritmo cardíaco, velocidad, inclinación y perfiles de sesiones de ejercicio.
- B) INDICADOR ALFANUMÉRICO: Indica la meta y la información del programa.
- C) SELECT TARGET [SELECCIONAR META]: Oprima para elegir su meta.
- D) SELECT WORKOUT [SELECCIONAR SESIÓN DE EJERCICIO]: Oprima para elegir su sesión de ejercicio.
- E) GOAL CENTER™ [CENTRO DE METAS]: Oprima para establecer o ver su meta.
- F) START [INICIAR]: Oprima para comenzar a hacer ejercicio, para comenzar una sesión específica de ejercicio, o para reiniciar después de una pausa.
- G) STOP [PARAR]: Oprima para hacer una pausa o terminar su sesión de ejercicio. Sostenga oprimida esta tecla durante 3 segundos para poner en ceros la consola.
- H) INCLINE C / B [TECLAS DE AJUSTE DE INCLINACIÓN]: Se usan para ajustar la inclinación en pequeños incrementos (de 0.5%).
- SPEED + / [TECLAS DE AJUSTE DE VELOCIDAD]: Se usan para ajustar la velocidad en pequeños incrementos (de 0.1 millas/hr).
- J) TECLAS RÁPIDAS DE INCLINACIÓN: Se usan para llegar a la inclinación deseada más rápidamente.
- K) TECLAS RÁPIDAS DE VELOCIDAD: Se usan para llegar a la velocidad deseada más rápidamente.

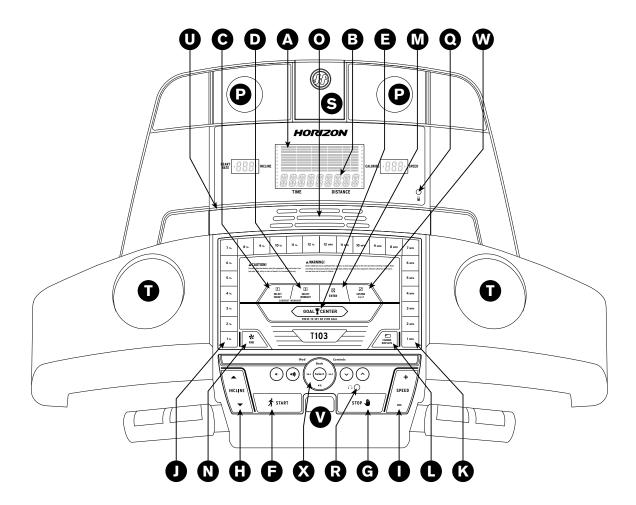
- CHANGE DISPLAY [CAMBIO DE INFORMACIÓN]:
 Oprima para cambiar la información en la pantalla durante la sesión de eiercicio.
- M) ENTER: Se usa para confirmar los valores meta y de sesión de ejercicio.
- FAN [TECLA DE VENTILADOR]: Oprima para encender o apagar el ventilador.
- VENTILADOR: Ventilador personal para la sesión de ejercicio.
- P) ALTOPARLANTES: Escuche música por los altoparlantes cuando tenga conectado un reproductor de CD o de MP3 a la consola.
- Q) ENCHUFE DE ENTRADA DE AUDIO: Conecte su reproductor de CD o de MP3 en la consola con el cable adaptador de audio que se incluye.
- R) ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO / AURICULARES: Conecte sus auriculares en este enchufe para escuchar la música a través de los auriculares. Nota: Cuando se conectan los auriculares en el enchufe para auriculares, el sonido deja de salir de los altoparlantes.
- S) BOLSILLO PARA MP3: Úselo para colocar su reproductor de MP3.
- T) CAVIDADES PARA BOTELLAS DE AGUA: Sirven para colocar lo que necesite para su sesión de ejercicio.
- U) ESTANTE DE LECTURA: Úselo para colocar material de lectura.
- V) RANURA PARA LA LLAVE DE SEGURIDAD: Permite que la caminadora funcione cuando la llave de seguridad está en su lugar.







T103



T103

FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA EN EL MODELO T103

Nota: La consola tiene una cubierta plástica delgada de protección que es necesario quitar antes de usar la consola.

- A) VENTANILLAS DE INDICADORES: Tiempo, distancia, calorías, ritmo cardíaco, velocidad, inclinación y perfiles de sesiones de ejercicio.
- B) INDICADOR ALFANUMÉRICO: Indica la meta y la información del programa.
- C) SELECT TARGET [SELECCIONAR META]: Oprima para elegir su meta.
- D) SELECT WORKOUT [SELECCIONAR SESIÓN DE EJERCICIO]: Oprima para elegir su sesión de ejercicio.
- E) GOAL CENTER™ [CENTRO DE METAS]: Oprima para establecer o ver su meta.
- F) START [INICIAR]: Oprima para comenzar a hacer ejercicio, para comenzar una sesión específica de ejercicio, o para reiniciar después de una pausa.
- G) STOP [PARAR]: Oprima para hacer una pausa o terminar su sesión de ejercicio. Sostenga oprimida esta tecla durante 3 segundos para poner en ceros la consola.
- H) INCLINE C / B [TECLAS DE AJUSTE DE INCLINACIÓN]: Se usan para ajustar la inclinación en pequeños incrementos (de 0.5%).
- SPEED + / [TECLAS DE AJUSTE DE VELOCIDAD]: Se usan para ajustar la velocidad en pequeños incrementos (de 0.1 millas/hr).
- J) TECLAS RÁPIDAS DE INCLINACIÓN: Se usan para llegar a la inclinación deseada más rápidamente.
- K) TECLAS RÁPIDAS DE VELOCIDAD: Se usan para llegar a la velocidad deseada más rápidamente.
- L) CHANGE DISPLAY [CAMBIO DE INFORMACIÓN]: Oprima para cambiar la información en la pantalla durante la sesión de ejercicio.
- M) ENTER: Se usa para confirmar los valores meta y de sesión de ejercicio.

- N) FAN [TECLA DE VENTILADOR]: Oprima para encender o apagar el ventilador.
- VENTILADOR: Ventilador personal para la sesión de ejercicio
- P) ALTOPARLANTES: Escuche música por los altoparlantes cuando tenga conectado un reproductor de CD o de MP3 a la consola.
- Q) ENCHUFE DE ENTRADA DE AUDIO: Conecte su reproductor de CD o de MP3 en la consola con el cable adaptador de audio que se incluye.
- R) ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO / AURICULARES: Conecte sus auriculares en este enchufe para escuchar la música a través de los auriculares. Nota: Cuando se conectan los auriculares en el enchufe para auriculares, el sonido deja de salir de los altoparlantes.
- S) BASE DE CONEXIÓN DE iPOD®: Se usa para colocar, conectar y cargar su iPod (no se incluye).
- T) CAVIDADES PARA BOTELLAS DE AGUA: Sirven para colocar lo que necesite para su sesión de ejercicio.
- U) ESTANTE DE LECTURA: Úselo para colocar material de lectura.
- V) RANURA PARA LA LLAVE DE SEGURIDAD: Permite que la caminadora funcione cuando la llave de seguridad está en su lugar.
- W) CUSTOM 1 OR 2 [TECLA PARA PROGRAMAS PERSONALIZADOS 1 Ó 2]: Oprima para seleccionar el programa personalizado 1 ó 2.
- X) CONTROLES PARA iPOD*: Oprima para controlar sus preferencias de audio en el iPod que haya conectado. Consulte más información en la página 82.

VENTANILLAS DE INDICADORES



- TIME [TIEMPO]: Aparece en minutos: segundos; indica el tiempo restante o el que ha pasado en su sesión de ejercicio.
- DISTANCE [DISTANCIA]: Aparece en millas; indica la distancia recorrida o la distancia por recorrer durante su sesión de ejercicio.
- SPEED [VELOCIDAD]: Aparece en millas/hora; indica a qué velocidad se mueve la superficie para caminar o correr.
- INCLINE [INCLINACIÓN]: Se muestra como porcentaje; indica la inclinación de la superficie para caminar o correr.
- CALORIES [CALORÍAS]: Indica el número total de calorías quemadas o por quemar durante su sesión de ejercicio.
- HEART RATE [RITMO CARDÍACO]: Aparece como latidos/minuto; indica su ritmo cardíaco (cuando se sujetan ambas empuñaduras con sensor de pulso).
- PERFILES DE PROGRAMAS: Representa el perfil del programa que está siendo usado (velocidad durante los programas basados en velocidad e inclinación durante los programas basados en inclinación).
- TARGETS [METAS]:

T101, GS950T: El diodo LED se ilumina junto a la meta que está seleccionada. Si ningún diodo LED está iluminado significa que no se ha activado ninguna meta. T102, T103, CT7.1: La meta se indica en la ventanilla alfanumérica en la parte inferior de la pantalla.

 WORKOUTS [SESIONES DE EJERCICIO]: T101, GS950T: El diodo LED se ilumina junto a la sesión de ejercicio que está seleccionada. T102, T103, CT7.1: La sesión de ejercicio se indica en la ventanilla alfanumérica en la parte inferior de la pantalla.







ΡΔΡΔ ΕΜΡΕΖΔΡ

- Verifique que no haya objetos en la banda que pudieran impedir el funcionamiento de la caminadora.
- Conecte el cable de corriente y encienda la caminadora.
- Coloque los pies en los rieles laterales de la caminadora.
- 4) Sujete el broche de la llave de seguridad en alguna parte de su ropa, y asegúrese de que quede bien sujeto y de que no se pueda soltar durante su sesión de ejercicio.
- Introduzca la llave de seguridad en su ranura en la consola.
- Tiene dos opciones para comenzar su sesión de ejercicio:

A) INICIO RÁPIDO

Simplemente oprima la tecla de inicio GO/START para comenzar a hacer ejercicio. El tiempo, la distancia y las calorías comienzan a contar a partir de cero. O...

B) SELECCIONE UNA META Y UNA SESIÓN DE EJERCICIO

- Seleccione una META por medio de la tecla SELECT TARGET.
- Regule los valores de su META por medio de las teclas de FLECHAS.
- 3) Oprima ENTER para seguir adelante.
- Seleccione una SESIÓN DE EJERCICIO por medio de la tecla SELECT WORKOUT.
- Oprima la tecla de inicio GO/START para que dé inicio la sesión de ejercicio.

NOTA: Si no selecciona una META o una SESIÓN DE EJERCICIO, el programa funciona en la modalidad manual. En esta modalidad el usuario debe hacer todos los cambios de velocidad e inclinación que desee.



PARA CAMBIAR SU META UNA VEZ INICIADA LA SESIÓN DE EJERCICIO

Puede cambiar su meta sin necesidad de detenerse y sin perder las estadísticas de su sesión de ejercicio actual.

En cualquier momento durante su sesión de ejercicio oprima la tecla SELECT TARGET hasta que aparezca la nueva META que desee.

Use las teclas **C** / **B** o **+** / **-** para registrar el valor de su nueva META y oprima ENTER. Todos los datos estadísticos anteriores serán transferidos a la nueva META, para que usted no pierda nada de información.

NOTA: Si accidentalmente oprime la tecla SELECT TARGET durante una sesión de ejercicio, pero no oprime ninguna otra tecla durante 5 segundos, la meta actual seguirá activa.

PARA CAMBIAR EL PROGRAMA UNA VEZ INICIADA SU SESIÓN DE EJERCICIO

Usted puede cambiar el programa de su sesión de ejercicio sin necesidad de detenerse.

En cualquier momento durante su sesión de ejercicio, oprima la tecla SELECT WORKOUT hasta que aparezca el nuevo programa de SESIÓN DE EJERCICIO que desee. Oprima ENTER.

El nuevo programa de SESIÓN DE EJERCICIO comienza durante el primer segmento después del periodo de calentamiento, y todos los datos estadísticos de su sesión de ejercicio serán transferidos.

NOTA: Si accidentalmente oprime la tecla SELECT WORKOUT durante una sesión de ejercicio, pero no oprime ninguna otra tecla durante 5 segundos, su programa de sesión de ejercicio actual seguirá activo.

PERFILES DE METAS



- TARGET 1 TIME [META 1 TIEMPO]: Le permite al usuario establecer una meta basada en el tiempo que debe durar su sesión de ejercicio. La meta de tiempo se puede establecer entre 15:00 y 99:00 minutos. El TIEMPO se cuenta en forma regresiva. La DISTANCIA y las CALORÍAS comienzan a contarse a partir de cero.
- TARGET 2 DISTANCE [META 2 DISTANCIA]: Le permite al usuario establecer una meta basada en la distancia que desea cubrir. La meta de distancia se puede establecer de 0.25 a 26.25 millas. La DISTANCIA se cuenta en forma regresiva. El TIEMPO y las CALORÍAS comienzan a contarse a partir de cero.
- TARGET 3 CALORIES [META 3 CALORÍAS]: Le permite al usuario establecer una meta basada en el número de calorías que desea quemar. Esta meta se puede establecer de 20 a 980 calorías. Las CALORÍAS se cuentan en forma regresiva. El TIEMPO y la DISTANCIA comienzan a contarse a partir de cero.
- NO TARGET [NINGUNA META]: Le permite al usuario seleccionar un perfil de sesión de ejercicio sin una meta específica de tiempo, distancia o calorías. El TIEMPO, la DISTANCIA y las CALORÍAS comienzan a contarse a partir de cero.

PERFILES DE SESIONES DE EJERCICIOS

- MANUAL TODOS LOS MODELOS: Le permite al usuario hacer cambios de velocidad y de inclinación sin necesidad de detenerse.
- 2) INTERVALS (INTERVALOS) TODOS LOS MODELOS: Le ayuda a mejorar su fuerza, velocidad y resistencia al aumentar y disminuir la velocidad durante toda su sesión de ejercicio para que participen mejor su corazón y otros músculos.

Segmento	Calenta	amiento	1	2	Los segmentos 1 y		
Tiempo	4:00) min	90 seg	30 seg	2 se repiten hasta		
Velocidad	1	1.5	2	4	que se llega a la		
Inclinación	1	1.5	0.5	1.5	meta.		



3) HILLS [COLINAS] - SÓLO LOS MODELOS T102, T103 Y CT7.1: Este perfil simula subir y bajar colinas para mejorar la resistencia o el aguante.

Segmento	Calenta	amiento	1	2	3	4	5	6	7	8	Los segmentos	
Tiempo	4:00 min		30 seg	del 1 al 8 se								
Nivel 1	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	repiten hasta que se llega a la meta.	

4) WORKOUT 4 - WEIGHT LOSS (SESIÓN DE EJERCICIO 4 - CONTROL DE PESO) - TODOS LOS MODELOS: Le ayuda a bajar de peso al aumentar y disminuir la velocidad, al mismo tiempo que le mantiene a usted en su zona óptima para quemar grasa.

Segmento		Calentamiento		1	2	3	4	5	6	7	8	Los segmentos
Tiempo		4:00 min		30 seg	del 1 al 8 se							
Nivel 1	Inclinación	0	0.5	1.5	1.5	1	0.5	0.5	0.5	1	1.5	repiten hasta que
	Velocidad	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	se llega a la meta.

PARA USAR SESIONES DE EJERCICIO PERSONALIZADAS (SÓLO EN EL MODELO T103)

- 1) Oprima la tecla CUSTOM 1 OR 2 para seleccionar un programa personalizado de sesión de ejercicio.
- 2) Oprima la tecla SELECT TARGET para elegir una meta de tiempo, distancia o calorías. Oprima ENTER para seleccionar la meta deseada.
- Defina cada perfil de velocidad por medio de las teclas C / B o + / y oprima ENTER. Repita con el resto de los 15 perfiles de velocidad.
- 4) Defina cada perfil de inclinación por medio de las teclas C / B o + / y oprima ENTER. Repita con el resto de los 15 perfiles de inclinación.
- 5) Oprima la tecla START para comenzar.

GOAL CENTER™ [CENTRO DE METAS] (SÓLO EN LOS MODELOS T102, T103 Y CT7.1)

Se ha demostrado por medio de investigaciones que aquellas personas que crean y dan seguimiento a sus metas de salud física, en promedio obtienen más éxito que quienes no lo hacen. Ya que su caminadora está equipada con el exclusivo sistema para dar seguimiento a sus resultados por medio del centro de metas GOAL CENTER™ de Horizon, usted ha dado un paso importante para alcanzar sus metas de salud física. GOAL CENTER™ es un nuevo software innovador, integrado a la consola de su caminadora, que le permite dar seguimiento a sus metas de salud física al paso del tiempo, sin necesidad de llenar bitácoras en papel. Lea más para que se entere cómo GOAL CENTER™ le puede ayudar a mantenerse motivado para mejorar sus resultados.

PARA CONFIGURAR EL GOAL CENTER™

- 1) Seleccione USER 1 o USER 2 (USUARIO 1 o USUARIO 2) por medio de las teclas C / B o + / y oprima ENTER.
- 2) Oprima y mantenga oprimida la tecla GOAL CENTER™ durante aproximadamente 5 segundos.
- 3) Oprima la tecla SELECT TARGET para seleccionar su meta de tiempo, distancia o calorías.
- 4) Use las teclas de **C** / **B** o **+** / **-** para seleccionar el valor de la meta y oprima ENTER.
- 5) Use las teclas de C/B o +/- para seleccionar el NÚMERO DE DÍAS para llegar a esa meta.
- 6) Oprima ENTER de nuevo para salir del modo de configuración. NOTA: Estos pasos también se pueden usar para eliminar una meta anterior y establecer una nueva.

PARA VER EL PROGRESO PARA ALCANZAR LA META

Cuando esté registrado en su perfil de usuario, puede observar su progreso para llegar a la meta que se haya propuesto con sólo oprimir la tecla GOAL CENTER™. La consola circula para indicar el tiempo, la distancia o las calorías restantes de acuerdo a la meta seleccionada y también le indica el tiempo restante para llegar a dicha meta.

NOTA: Para que los datos de las sesiones de ejercicio se acumulen para alcanzar la meta de un usuario, ES NECESARIO que primero se seleccione a dicho usuario antes de comenzar cada una de las sesiones de ejercicio.

PARA PONER LA CONSOLA EN CEROS

Oprima la tecla de paro STOP durante 3 segundos.

ENFRIAMIENTO (SÓLO EN LOS MODELOS T101 Y GS950T)

Esta función pone la caminadora en el modo de enfriamiento. El periodo de enfriamiento dura 4 minutos y disminuye la velocidad y la inclinación para que su corazón tenga oportunidad de volver a adaptarse a la menor demanda de energía.

PARA TERMINAR SU SESIÓN DE EJERCICIO

La pantalla centellea la palabra "FINISHED" y emite un sonido para indicarle que ha terminado su sesión de ejercicio. La información de su sesión de ejercicio aparece en la consola durante 30 a 45 segundos y luego se borra.

PARA ELIMINAR LA SELECCIÓN ACTUAL

Para eliminar la selección actual de programa o para borrar la pantalla, sostenga oprimida la tecla de paro STOP de 3 a 5 segundos.

PARA USAR SU REPRODUCTOR DE CD / MP3

- (E)
- Conecte el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO, que incluimos, al ENCHUFE DE ENTRADA DE AUDIO que está en el lado derecho superior de la consola y al enchufe para auriculares de su reproductor de CD / MP3.
- 2) Use las teclas de su reproductor de CD / MP3 para hacer los ajustes necesarios de sonido y de elección de piezas musicales.
- 3) Retire el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO cuando no lo esté usando.
- 4) Si no quiere usar los ALTOPARLANTES de la caminadora, puede conectar sus auriculares en el ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO que está en la parte inferior de la consola.





BASE DE CONEXIÓN DE iPOD® (SÓLO EN EL MODELO T103)

La base de conexión de iPod es la solución óptima de entretenimiento para sus sesiones de ejercicio. Varios modelos de iPod con un conector de base de conexión se adaptan a esta base. El iPhone no es compatible.

PARA USAR LA BASE DE CONEXIÓN DE IPOD (EL IPOD NO ESTÁ INCLUIDO)

- 1) Retire el tapón de goma de la parte inferior de la base de conexión.
- 2) Conecte su iPod emparejando el pasador de conexión de la base de conexión en la caminadora con el conector de su iPod. NOTA: Una vez que haya conectado el iPod a la base de conexión, espere 2 minutos para que el iPod y la base de conexión se sincronicen para que el sistema quede totalmente funcional.
- 3) Puede usar el disco de su iPod para regular el volumen y la elección de piezas musicales. También puede regular el volumen y la elección de piezas musicales por medio de los controles para el iPod en la consola de la caminadora. NOTA: Si no quiere usar los altoparlantes de la caminadora, puede conectar sus auriculares en el enchufe de salida de audio que está en la parte inferior de la consola.

Vuelva a colocar el tapón de goma en la parte inferior de la base de conexión cuando no la esté usando.

NOTA: El audio del iPod no suena por los altoparlantes si se conecta el cable adaptador de audio mientras el iPod está en la base de conexión.



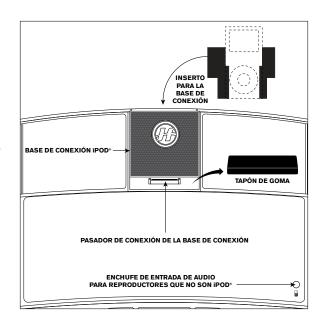


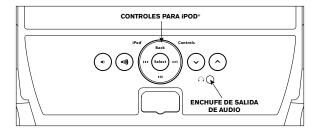












GARANTÍA LIMITADA PARA USO EN EL HOGAR



CAPACIDAD DE PESO



T101 = 300 lb (136 kg)

T102 = 325 lb (147 kg)

T103 = 350 lb (159 kg)

GS950T = 300 lb (136 kg)

CT7.1 = 325 lb (147 kg)

BASTIDOR • DE POR VIDA

Horizon Fitness garantiza al propietario original, de por vida, el bastidor contra defectos en mano de obra y materiales, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original. (El bastidor se define como la base de piezas soldadas de metal de la unidad y no incluye ninguna pieza desmontable.)

MOTOR • DE POR VIDA

Horizon Fitness garantiza al propietario original, de por vida, el freno contra defectos en mano de obra y materiales, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original.

PIEZAS Y COMPONENTES ELECTRÓNICOS • 1 AÑO (T103 = 2 AÑOS)

Horizon Fitness garantiza los componentes electrónicos y todas las piezas originales durante un periodo de 1 año (T103 = 2 años) a partir de la fecha de adquisición original, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original.

MANO DE OBRA • 1 AÑO

Horizon Fitness deberá cubrir los costos de mano de obra de las reparaciones al aparato durante un periodo de 1 año a partir de la fecha de adquisición original, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original.

EXCLUSIONES Y LIMITACIONES

A quién protege esta garantía:

• Al propietario original y la garantía no es transferible.

QUÉ protege esta garantía:

 La reparación o el cambio de un motor defectuoso, de componentes electrónicos defectuosos, o de piezas defectuosas, y es el único recurso de esta garantía.

QUÉ NO protege esta garantía:

- El desgaste normal, el ensamblaje o el mantenimiento incorrecto, o la instalación de piezas o de accesorios que originalmente no tenían el propósito o la compatibilidad con el equipo al momento de su venta.
- Daños o fallos debido a un accidente, maltrato, corrosión, decoloración de pintura o de plástico, negligencia, robo, vandalismo, incendio, inundación, viento, relámpagos, congelación, u otras causas naturales de cualquier tipo, falta, fluctuaciones o reducción de corriente por cualquier causa, condiciones atmosféricas anormales, choques, introducción de objetos extraños dentro de la unidad cubierta, o modificaciones no autorizadas o no recomendadas por Horizon Fitness.
- Daños incidentales o resultantes. Horizon Fitness no es responsable de daños indirectos, especiales o resultantes, pérdidas económicas, pérdida de propiedad o de utilidades, pérdida de disfrute o de uso, u otros daños resultantes de cualquier naturaleza en relación con la adquisición, el uso, la reparación o el mantenimiento del producto.

- El equipo al que se le dé uso con propósitos comerciales o cualquier otro propósito que no sea en el hogar de una sola familia, a menos que Horizon Fitness lo haya aprobado.
- Equipo guardado o usado fuera de los EE.UU. o Canadá.
- Entrega, ensamblaje, instalación, configuración de unidades originales o de reemplazo, o mano de obra u otros costos asociados con el retiro o el reemplazo de la unidad bajo garantía.
- Cualquier intento de reparar este equipo contiene el riesgo de lesiones. Horizon Fitness no es responsable de daños, pérdidas o responsabilidad que surja de lesiones personales sufridas durante el curso de, o como resultado de, cualquier reparación o intento de reparación de su equipo de acondicionamiento físico por cualquier persona que no sea técnico de un servicio autorizado. Todas las reparaciones que usted intente hacer en su equipo de acondicionamiento físico las hace A SU PROPIO RIESGO y Horizon Fitness no será responsable por ninguna lesión a personas o propiedad que surjan de dichas reparaciones.

SERVICIO Y DEVOLUCIONES

 Hay servicio a domicilio sólo dentro de los primeros 240 km (150 millas) del centro de reparaciones autorizado más cercano.



- Horizon Fitness debe autorizar con anterioridad todas las devoluciones.
- La obligación de Horizon Fitness de acuerdo a esta garantía se limita a cambiar o reparar, a opción de Horizon Fitness, el producto en uno de sus centros autorizados de servicio.
- Todos los productos para los que se hace un reclamo bajo garantía deben ser recibidos por un centro autorizado de servicio Horizon Fitness. Estos productos deben ser recibidos con todos los cargos de envío y de transporte pagados con anticipación, acompañados de suficientes comprobantes de compra.
- En ocasiones se pueden suministrar piezas y componentes electrónicos que Horizon Fitness o sus proveedores reacondicionen a un "estado equivalente al nuevo" como piezas de reemplazo bajo garantía y constituir cumplimiento de los términos de la garantía.
- Esta garantía le otorga derechos legales específicos, y sus derechos pueden variar de estado a estado.



CUSTOMER TECH SUPPORT

DO NOT RETURN TO THE RETAILER

if you have any problems during assembly or if parts are missing.

For fast and friendly service, please contact one of our trained customer technicians via phone, email or our website.

We want to know if you have a problem and we want to have an opportunity to correct it for you.

NOTE: Please read the TROUBLESHOOTING section in the TREADMILL GUIDE before contacting Customer Tech Support. Additional product information is available on our website.

T101, T102, T103, GS950T, CT7.1 Rev. 1.3 | © 2009 Horizon Fitness



SERVICE DE SOUTIEN TECHNIQUE À LA CLIENTÈLE

En cas de difficulté lors de l'assemblage ou si des pièces manquent, NE PAS RENVOYER L'APPAREIL AU DÉTAILLANT.

Pour un service rapide et amical, communiquer avec un de nos techniciens qualifiés, par téléphone, courriel ou notre site Web.

Horizon Fitness tient à ce qu'on lui signale tout problème d'utilisation, afin de pouvoir y remédier.

REMARQUE : Lire la section DÉPANNAGE du GUIDE DU TAPIS ROULANT avant de contacter le service de soutien technique à la clientèle. Pour plus ample information sur le produit, visiter notre site Web.



SERVICIO DE ASISTENCIA TECNICA A CLIENTES

Si tiene problemas durante el ensamblaje o si le faltan piezas NO DEVUELVA ESTE APARATO AL VENDEDOR MINORISTA.

Para obtener servicio rápido y amable, comuníquese por teléfono, correo electrónico o a través de nuestro sitio en Internet con alguno de nuestros técnicos capacitados en ayuda a clientes.

Nos interesa saber si usted tiene algún problema y gueremos tener la oportunidad de corregir la situación.

NOTA: Antes de comunicarse con el servicio de asistencia técnica a clientes, lea la sección de RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS en la GUÍA DE LA CAMINADORA. Puede encontrar información adicional del producto en nuestro sitio en Internet.



1-800-244-4192 comments@horizonfitness.com www.horizonfitness.com

Horizon Fitness 1600 Landmark Drive, Cottage Grove WI, 53527